

Folkeparkens Maraton 2020 rutebeskrivelse:

Løbet består af en kort prolog på to ens korte omgange, efterfulgt af 10 ens omgange på 4,1 kilometer.

Løbets hjerte er foden af Louisevej i Roskilde. Det er her, omgangene starter, og løbet slutter.

Prolog:

Løberne sættes i gang med 30 sekunders mellemrum. Straks fra løbets start følges SF flisebelægningen til venstre om amfiteatret til det offentlige toiletter. Straks herefter drejes til venstre op af en lille bakke til en jordsti. Her svinges til venstre bag om toilettet.

Jordstien bliver snart herefter krydset af en tilsvarende. Kryds denne sti, fortsæt mellem træstammerne og helt op til Dronning Margrethes Vej ved den opstillede skraldespand. Drej her skarpt til venstre og ned af Louisevej til start/målområdet. Herefter tages samme runde en gang til.

Efter to omgange er prologen overstået, og det er tid til de 10 længere omgange.

10 omgange:

Igen følges SF flisebelægningen til venstre om amfiteatret og ned til de offentlige toiletter der passerer på venstre hånd. Efter knap 150 meter svinges til højre rundt om søen, der er omgivet af siv, og over til Kastaniealléen. Denne følges, til stien bliver grusbelagt. Kort tid herefter svinges til venstre ud mod rundkørslen med frøspringvandet i midten.

Nu når man ud til Kong Valdemarsvej. Her drejes til venstre og løbes ned til den næste rundkørsel ved Frederiksborgvej. Denne er kendetegnet ved en synlig stor Circle K benzintank. Mindre end 100 meter før rundkørslen passerer Sankt Agnes Vej på venstre hånd. Det er en mindre befærdet og lukket vej, hvor den udadgående trafik har ubetinget vigepligt. Løberne bør være agtpågivende ved dette sted.

Ved rundkørslen svinges til venstre op af Frederiksborgvej. Efter et par hundrede meter passerer Sankt Agnes på venstre hånd. Her er forholdene tilsvarende den tidligere Sankt Agnes Vej. Igen opfordres til agtpågivenhed. Nogle hundrede meter efter passerer først Trægården og efter den Klostervang og Kobbermøllen. Forholdene disse steder er som tidligere beskrevet, så igen opfordres til agtpågivenhed.

Nu følger en stigning op af Frederiksborgvej. Her vil indkørslen til Hjemmeværnsgården og Sct. Josefs Skole blive passeret på venstre hånd. Som tidligere gælder det, at der næppe vil være megen trafik, men ved disse steder må man være ekstra opmærksom på sin personlige sikkerhed.

Snart herefter passerer den smukke Sct. Maria Park på venstre hånd. Igen med en udkørsel for trafik. Herefter drejes til venstre af Dronning Margrethes Vej. Her passerer atter en udkørsel fra Sct. Maria Park. Herefter kommer igen Folkeparken. Her drejes straks til venstre ved den gamle sikkerhedsbunker, der i dag huser en alternativ vinforretning.

Nu løbes af grusstien langs tre søer på højre hånd. Herefter følges stien ned til bunden af Folkeparken, hvor der igen vil være tre søer på højre hånd.

I bunden af Folkeparken følges stien rundt om den sidste sø. Her kommer man til en lille træbro. Denne passeres for straks herefter at dreje til højre mellem træerne. Kort herefter går stien i en cirkel. Løb højre om. Efter rundingen ses fodboldmålene på græsplænen. Løb ikke ud på fliserne, men drej til højre lige inde og løb langs træerne.

Nu ses amfiteatret på venstre hånd. Kort herefter passeres de offentlige toiletter, ligeledes på venstre hånd. På højre hånd ses de tre første af de tidligere passerede søer.

Jordstien bliver snart herefter krydset af en tilsvarende. Kryds denne sti, fortsæt mellem træstammerne og helt op til Dronning Margrethes Vej ved den opstillede skraldespand. Drej her skarpt til venstre og ned af Louisevej til start/målområdet. Her startes forfra til 10 runder er nået.

Wupti - du har gennemført et maraton.

Ruten på kort. Prologen er ikke indtegnet.

